



MÁV VSC KERÉKPÁROS SZAKOSZTÁLY 2019. ÉVI BESZÁMOLÓJA

0. MÁV VSC Kerékpáros Szakosztály megalakulása

2019.05.20

A Kerékpáros szakosztály 2019. május 20-án Nagy Enikő szakosztályvezető irányításával, Hubik Tibor szakosztályvezető-helyettes támogatásával és 21 alapító tag csatlakozásával alakult meg.

Időközben 8 új taggal bővültünk. Alakulásunk óta több közös túrán, eseményen vettünk részt.





1. MÁV VSC Kerékpáros Szakosztály: Balaton-Tihany
Táv: 85 km
2019.06.08.

Az idén újonnan alakult MÁV VSC Kerékpáros Szakosztály fémjelzése alatt került megszervezésre az első kerékpáros túra 2019.06.08-án.

A hirtelen jött ötlet a hétvégi program előtt 3 nappal fogalmazódott meg a csapatban, így a túra kezdete előtti idő rövideje és a Pütkösi hosszú hétvégére már korábban megszervezett programok miatt csak 3 fővel indultunk neki a tervezett 85 km-es távnak.

Balatonalmádi vasútállomásról indult utunk, ahonnan a tavaly átadott, Alsóörs és Veszprém között felszámolt vasúti nyomvonalon épített kerékpárúton haladva Szentkirályszabadja felé vettük az útirányt. Az útnak itt nem csak a minősége kiváló, de a fákkal övezett útszakasz igazi hangulatos, árnyas, erdei atmoszférát kínál.

Első megállónk a Szentkirályszabadján található retró hangulatot idéző, *A Zöld* nevezetű vendéglátóipari egység volt, ahol jólesett lehűteni magunkat a nagy melegben. A hely hangulatáról beszéljenek majd a képek.

A Litéren át vezető út immár napsütésben folytatódott, helyenként jó minőségű, döngölt földúton, de többségében kerékpárúton tekerhettünk.

Balatonfűzfőre érve rátértünk a Balatoni Bringakör kis körére, s meg is pihentünk a balatonfűzfői kilátó stégen, hogy szendvicseink elfogyasztásával energiát nyerjünk utunk folytatásához.

A kis pihenő után következett a balatonakarattyai, majd a balatonvilágosi magaspart páratlan panorámája a Balaton melletti kerékpárút egyik legszebb része.

Az akarattyai Kisfaludy sétány még hivatalosan nem a bringakör része, de kitérőt tettünk a még kavicsos sétányon is, hogy megcsodálhassuk az innen elénk táruló nem hétköznapi látványt.

Később a világosi *KerékpárBÁR* büfében tartottunk egy hosszabb szünetet, s miután megebédeltünk, meg sem álltunk a szántódi révig.

Ez nagyrészt a vasút mellett, látványosságok nélküli jól hajtható útszakasz volt. Annál nagyobb élmény volt a Balatonon komppal való átkelés, az elénk táruló víztükör és a túlpárt zöldje, ami mind közelebb vitt minket a természethez.

Az út végi jutalom fent várt minket Tihanyban, a Balaton egyik legjobb fagyizójában.

Ehhez kisebb-nagyobb emelkedőket kellett megmászunk, a hátunk mögött hagyott kilométerek és a nagy meleg kis nehezítést jelentettek, de feljutottunk, s a Balaton-felvidék hangulatához kedvet hozó tihanyi Belső-tó csendességét, nyugodtságát is megszemléljük, mielőtt az Apátság felé vettük utunkat, hogy a turisták közé vegyülve megérkezzünk az Erzsike fagyizóhoz.

A hosszú út után a jól megérdemelt gombócokat követően már csak a balatonfüredi vasútállomásig kellett legurulnunk, ahol mintha a vonat is csak ránk várt volna a pár perc késésével, még jó is, mert az utolsó kilométereket is a túrára jellemző nyugodtsággal tehetjük meg, így nem kellett teljes erőből sprintelni és véghajrában elérni a Budapestre induló szerelvényt.





2. MÁV VSC Kerékpáros szakosztály túra: Balaton-felvidék
Terv: 104 km, teljesített táv: 68 km
2019.08.17.

Mondhatnánk, egy túra, ahol a túravezető is megijed a kiírt útvonaltól, de valójában nyert a demokrácia, ahol a résztvevők könnyített útvonalat szerettek volna, s hiába a terv, ha nincs kivitelező. Persze ez is csak szépítés, mert demokrácia nincs vezető nélkül, szóval az akarat érvényesítéséhez szükségeltetik egy második túravezető, aki érvekkel alátámasztja, hogy a lányok számára nagyon embert próbáló lenne a kijelölt útvonal, s akár már az elején visszariadhatnánk a hegymászástól, ha esetleg tolni kényszerülnénk a biciklit. Kell egy kis sikerélmény, elég, ha a végére fáradunk el. A jövőre nézve tanács minden kerékpározónak, hogy tessék eljönni a meghirdetett túrákra, hisz semmi sem az, aminek látszik. ☺

Tehát Balatonfüredről indulva Balatonszőlős után Pécsely felé vettük az irányt, s bár így is le kellett itt küzdenünk egy meredekebb emelkedőt, annál felemelőbb volt utána a lejtőn suhanni lefelé a jó minőségű aszfalton.

Bár errefelé nincsenek kerékpárutak, de a forgalom gyér, s az utak kiválóan alkalmasak országúti bringázáshoz – amit, azért ritkán mondhatunk el az ország különböző útjain tekerve. Vászolyon át Dörgicséig tekertünk, ahol a templomrom mellett a Levendula Majornál tartottuk első pihenőnket egy frissítő levendulaszörp mellett. Mást nem is ihattunk volna, itt minden levendulás, a kis bolt a tihanyi levendula sor üzleteinek levendula illatú atmoszféráját idézi.





A pihenő után Mencshely felé haladtunk tovább, rátérve az eredeti útvonalra, s Szentantalfa után Hegyestűnél tettünk egy kis kitérőt, hogy megnézzük az egykori vulkanikus tevékenység nyomán keletkezett bazaltoszlopokat. A bazaltkúp tetejéről élénk táruló panoráma a Káli-medence kis falvaival s a távolban a medencét övező hegyekkel igazi mesés szép tájkép.





Folytatva az utat Köveskálon át a nap derekán újabb geológiai emlékhelyen tettünk látogatást Szentbékállán, a kőtegnél, ahol egy kis gyalogtúra is a programba ékelődött. Végül Mindszentkál, Kékkút és Salföld érintésével Ábrahámhegyig tekertünk, s már késő délután volt, mire rátértünk a balatoni bringakörre, így utunkat lerövidítve, Révfülöp lett a végállomás, ahonnan vonattal indultunk vissza fővárosunkba.





Szöveg: Csemez Panna

Fotók: dr. Lamberg Ildikó Eszter, Nyerges-
Bognár Csaba



3. MÁV VSC Kerékpáros szakosztály: Dunakanyar kerékpáros túra beszámoló

Táv: 40 km

2019.09.01.

Véget értek a szabadságot töltős időszakok, így ennek és az időjárásnak köszönhetően szeptember 1-én 16 fő részvételével a Dunakanyarba megszervezett kerékpáros túránkat sikerült még a nyáron megszokott, 30 C° fokos melegben teljesítenünk.

Kis túránkat úgy terveztük, hogy Szobról kényelmes tempóban gurulva egymással ismerkedve, beszélgetve figyeljük meg a Dunakanyar látványait, a még zöldellő erdővel borított Pilis-, és Visegrádi – hegység csúcsait, a visegrádi felleget, a Dunán elhajózókat, a strandolókat, majd ebédre Gödre tekerünk a Duna Csárdához.

A Nyugati pályaudvarról 8:15-kor induló személyvonattal nagyon kényelmesen tudtunk eljutni Szobra. Többen útközben szálltak fel bringájukkal, míg mások Gyöngyösről, a túra szakosztályból és a tenisz szakosztályból is eljöttek a társaság kedvéért, nekik külön köszönjük!

Vasárnap reggel lévén a kényelmes, alacsonypadlós, klimatizált FLIRT szerelvényben a bringáink kényelmesen elfértek a kerékpároknak kijelölt helyeken, így nyugodtan elbeszélgettünk ülőhelyeinken menet közben. Talán, számomra a legvonzóbb az online jegyvásárlási lehetőség, hogy nincs többé sorban állás és nincs stressz, hogy lekésheetem a járatot, mert nem fog haladni a sor a pénztárnál.

Szobra időben érkeztünk, ahol még két szakosztálytagunk csatlakozott hozzánk, majd kerékpárúton haladva a változatos és „enyhén lejtős” gurulás után Nagymaroson ki-ki a maga kávéja, fagyija, meggyes söre és limonádéja mellett „megpihent”, és élvezte a napsütötte dunai látképet, a visegrádi várral a háttérben.





A nagymarosi továbbindulásra csatlakozott, egy igazi hosszú többnapos túrákhoz szokott társunk, aki elhatározta, hogy igyekszik belőlem is igazi kerékpáros túrázót faragni. Én ugyanis, ha csak lehet, annyi dolgot viszek magammal, amennyi a kerékpáros mezem zsebeiben elfér.



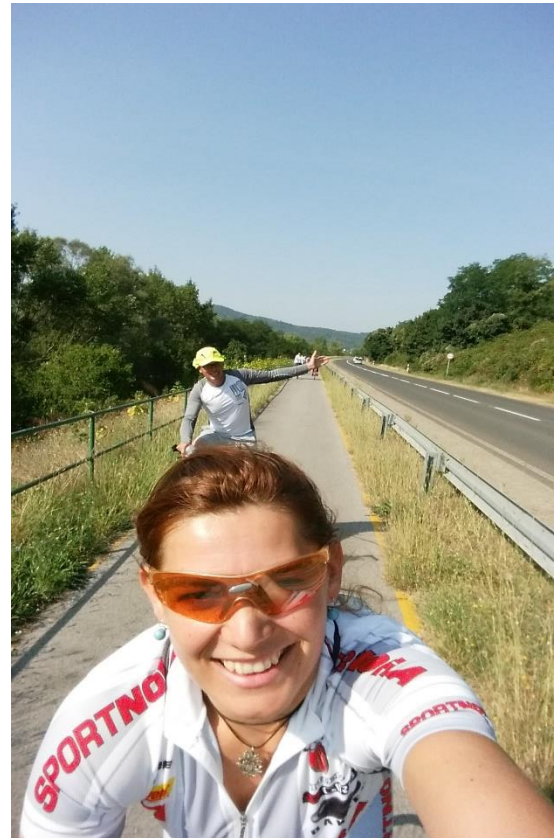
Hogy mi fér el ezekben a zsebekben? Fontossági sorrendben: defekt esetére- 2 db pótbelső, kis kézi pumpa, kerékpár abroncsleszedő készlet, egy defektjavító ragasztókészlet a kitartóbb defektek esetére; telefon; személyes iratok; fizetőeszköz; papírzsepi; a hegyi lejtmenetekhez nyáron egy szélmellény.

Göd felé tekerve kicsit szétrázódtunk, lehet túl sok energiát vihettünk be a frissítéskor, így sokaknak megjött a kedve egy kicsit haladósabb tempóhoz vagy egymás és saját magunk erőállapotának felméréséhez, de Gödre már együtt érkeztünk!

Gödön a rétes beszerző út, a büfé ebédek, kis pihenés és beszélgetések után, ahogy az korábban tervezve volt, sokféle útvonalon jutottunk haza.



Kovács Ritával szakosztálytagunkkal, Hubik Tiborral a Magyar Kerékpárosklub Észak-Pest, Balaton Terület Szervezet vezetőjével és egyben megalapítójával, a MÁV VSC Kerékpáros szakosztályvezető-helyettesével





4. XV. Bicogó Maraton
Táv vegyesen: 43,7 km
2019.09.21.

Bicogó Maraton- Szolnoki Járműjavító „Gépészgyalogkakukk” csapatának eredményei.

Kedves kerékpárosok, hadd számoljak be nektek egy különleges sporteseményről és egy összetartó csapatról.

2019.09.21.-én szombaton megrendezésre került a **XV. Bicogó Maraton**, amelyen csapatával együtt egyik **MÁV VSC kerékpáros szakosztálytagunk** is részt vett.

Mondhatjuk, hogy a versenyen részvételük rendhagyó, hiszen ezen a kombinált sporteseményen már 2017-ben, 2018-ban és is idén részt vettek.

Egy kis ízelítő a "BICOGÁS"-ról. Mi is a BICOGÁS?

Ez egy olyan **sportág**, amely **ötvözi a kerékpározást és a futást**. A legfontosabb szabály, hogy eggyel kevesebb kerékpár van, mint ahány fős a csapat! Ezért **egy versenyzőnek mindig kocognia kell**.

A csapat többi tagja követheti a futót kényelmesen kerékpározva, vagy előre pedálozhat a váltás helyéig, ahol pihenhet, lazíthat, szerelhet, azonban minden csapattagnak legalább 1 kilométert futnia kell.

Szakaszok közötti távolságok: 1. szakasz 4,9 km - 2. szakasz 5,3 km - 3. szakasz 5,5 km - 4. szakasz 4,5 km - 5. szakasz 5,1 km - 6. szakasz 5,5 km - 7. szakasz 7,3 km - 8. szakasz 5,6 km - összesen 43,7 km.

A MÁV-START Zrt. Szolnoki Járműjavító „Gépészgyalogkakukk” csapata évről évre, nagyon jó helyen teljesíti ezt a különleges kihívást.

A csapat legutóbbi eredményei 9-20 fős csapat kategóriában:

2019 évben: 43,7 km 2 óra 29 perc, 2. helyezés

2018 évben: 43,7 km 2 óra 53 perc, 2. helyezés

2017 évben: 43,7 km 2 óra 45 perc, 1. helyezés



Gratulálunk a csapattagoknak az eredményeikhez!
Remek csapatmunka, csak így tovább!

Ha esetleg részletesebben szeretnétek többet olvasni a Bicogóról, az alábbi linken található még információk:

<http://www.tiszasulyertegyesulet.hu/news.php?item.10.2>

Kellemes olvasgatást! Jövőre, esetleg lehet kedvet kaptok ti is Bicogáshoz.



5. MÁV VSC Kerékpáros szakosztály: MÁV- Bringás reggeli
--

2019.09.05.

A Magyar Kerékpárosklub által szervezett a kerékpározást népszerűsítő „Bringás reggeli” országos rendezvénysorozathoz a MÁV Zrt. és a MÁV-START Zrt., illetve a MÁV-HÉV Zrt. idén ismét csatlakozott, amire szakosztályunk is megtisztelő felkérést kapott.

A Népligetben felállított standon a MÁV Zrt. és a MÁV-START Zrt. reggel 7:00 és 9:00 óra között reggelivel várták a kerékpárral közlekedőket. A MÁV-HÉV pedig a Boráros téri HÉV megállónál szervezte meg az eseményt.

Ezekon a programokon az arra kerékpározókat vezetőink megvendégelik némi harapnivalóval (alma, kakaóscsiga, túrórudi, ásványvíz, rostos üdítő, stb.) és sok hasznos egyéb tárggyal is (láthatósági szalag, ledes első-hátsó kerékpáros villogó, stb.).

Az immár hagyományosan évente kétszer is megrendezésre kerülő kerékpározást népszerűsítő „Bringás reggeli” programhoz szakosztályunk jelentős tagjai is csatlakoztak, hogy segítsenek az eseményen, népszerűsítsék a cégcsoportot, illetve megmutassák, hogy a kerékpáros munkába járás kultúrája a MÁV-csoportnál támogatott. Ez utóbbi esetében elkülönített és kultúrált öltözők, zuhanyzók, zárható öltözőszekrények, mosdók, fedett-, őrzött-, biztonságos kerékpártárolók állnak rendelkezésünkre.





6. MÁV VSC Kerékpáros szakosztály: Velencei-tó bringatúra
Táv: 60 km
2019.09.29.

Már a korábbi túraszervezésnél elhatároztam, hogy ha megoldható a túra helyszíneire való eljutást, vonattal fogom szervezni, így a Déli pu.-ról 9 óra 10 perckor induló 4542 személyvonattal érkeztem Velencére.

Kényelmes FLIRT típusú, alacsonypadlós szerelvényen utaztam, a kerékpárszállításra kialakított részen.



Aznap a „kis” 4 fős csapatunk vállalkozott a Velencei-tó megkerülésére, amely körbe tekerve 30 km hosszú.

A találkozó helyszíne Velencén, vasárnap 10:00 órákkor a Rialto Étterem előtt volt. Kis várakozás után és néhány telefonos egyeztetés után elindultunk a Béke utcán Gárdony irányába.



Úgy döntöttünk, hogy útközben megállunk fotózkodni a [Kereszt kilátónál](#).



A napsütéses időben a kilátóból igen szép tájkép fogadott minket.





A Velence tó körül kiépített kerékpárút kényelmessé tette a további utat, amíg az északi rész felé hajtottunk. Egyszer-egyszer voltak kisebb emelkedők, amik kb. 2-4% meredekségűek, majd utána következtek a jó kis gurulások a leejtőn.



Időnként nézelődtünk, beszélgettünk, kicsit gyorsítottunk és Miska Huszárral is fotózkodtunk.

Az első kör végén két bringás társunk kiszállt, majd ketten még egy kört tekertünk. A második körben már a szél erősebben fújt, de haladtunk tovább, így lett egy kis sportértéke is a túrának. Remélem a csoport másik két tagjának is tetszett! Ők ezúttal is kemping bringákkal teljesítették a kört.

A tókerülés végére ebéd volt tervezve, amiből cukrászdázás lett, ahol jeges kávéval zártuk a napot. Úgy terveztem, hogy a következő túrán kötelező megállási helyszín lesz.

A kis fagylatozóba a Drótszamar kempinggel szemben felvezető lépcsősoron jutottunk el. Itt a forró kávéba egy gombóc fagylatot tesznek, majd finom tejszínhabbal díszítik.



Utunk során, a jóidőnek is köszönhetően nagyon sok kerékpárossal találkoztunk. Jó érzés volt látni a sok családot gyerekekkel, baráti társaságokat, nyugdíjas házaspárokat kerékpárral kirándulni. Nemcsoda hiszen könnyen megközelíthető vonattal is.

Én is, csak ajánlani tudom mindenkinek, hogy túrázzanak itt, és ha elég erősek, kitartóak elindulhatnak a Velence 10 teljesítménytúrán is, ahol csupán tízszer kell körbe tekerni a tavat szintidőn belül és a jutalom egy emléklap és emlékérem.



7. MÁV VSC Kerékpáros szakosztály: Pap rét túra

Táv vegyesen: 43,7 km

2019.10.20.

Így az ősz közepén, a vasárnapra tervezett túránkat nagyon szép nyárias időben sikerült teljesítenie a 4 fős kerékpáros csapatunknak.

Az útvonal tervezgetése során több opció is szerepelt, végül egy kicsit nehezebb hegyi bringázás mellett döntöttünk a Pilisi Parkerdőben.

Útvonalunk Budapest- Szentendre- Pap-rét- Visegrád volt. Ez kb. 37 km hosszú.

Túránk Budapesten a III. kerületi főtéren kezdődött.

A 10:00 órás indulást 11:00 óra felé sikerült kezdeni, kisebb műszaki gondok után, de sebj, mert jókedvünk volt.

Az önkormányzat által telepített bringás S.O.S. pont pumpája jó ötlet, de sajnos használat közben csak tovább eresztette az abroncsban lévő levegőt, ahelyett hogy pumpált volna bele.

Úgyhogy maradt a jó kis kézipumpa, az kisegített az első benzinkútig.



Szentendrére a Római parton, Budakalászon keresztül érkeztünk, majd célba vettük Pap rétet.

A bicikliút Szentendre és Visegrád között a Pilisi erdőben vezet, az emelkedő kb. 380 méteres, ami a jó hír, hogy kb. ennyi lejtő is van utána.

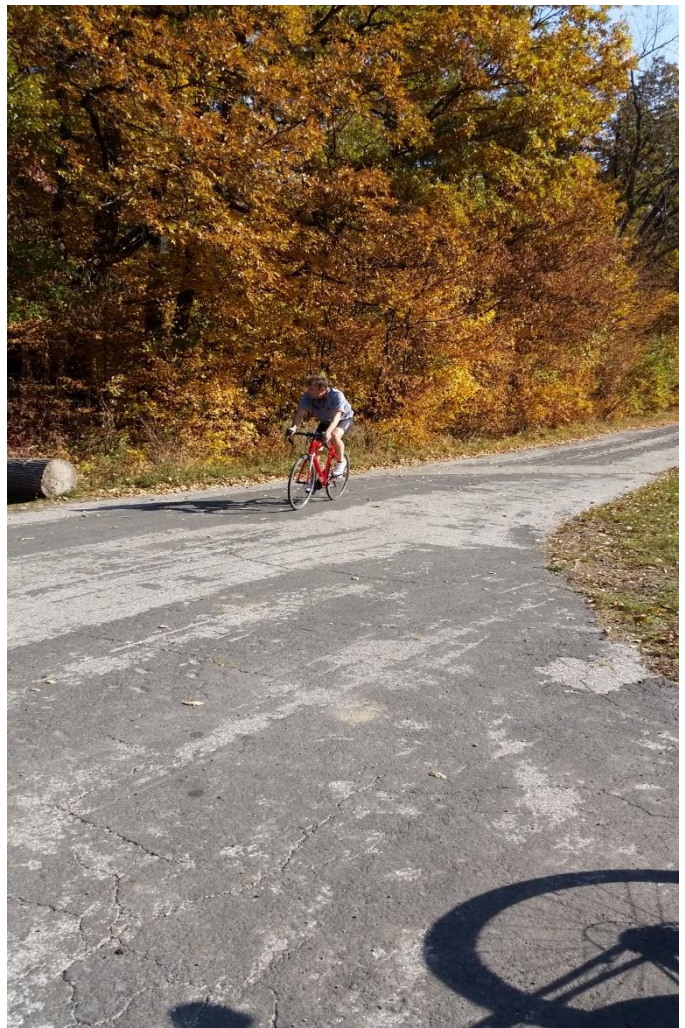
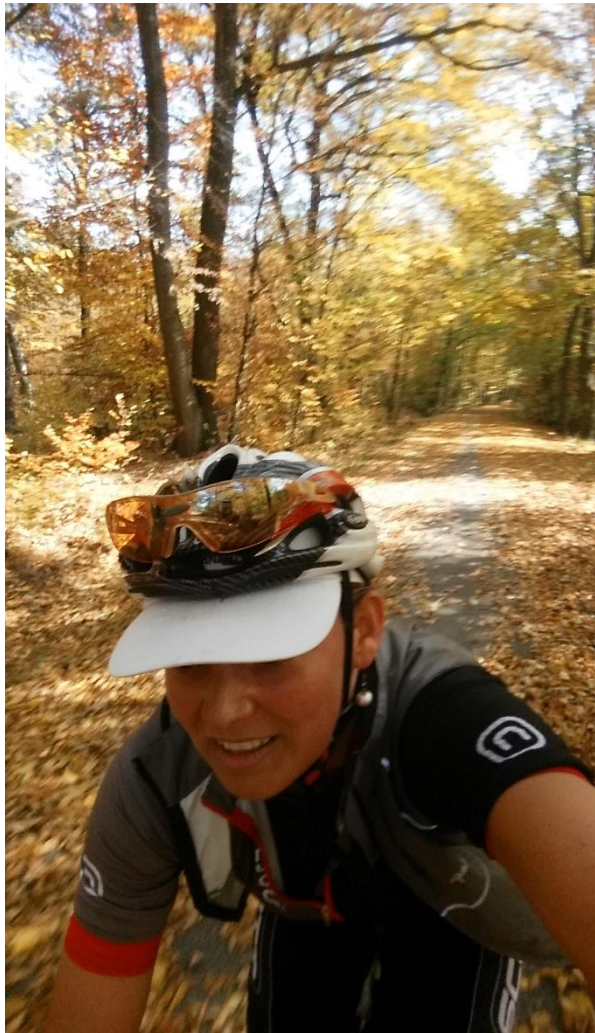
Az emelkedőt egy zárt sorompó miatt igazából álló helyzetből kell elkezdni, ami nem mindig kellemes, hiszen oda az a kis segítség, amit nevezzünk lendületnek.

Leszállás előtt oda kell figyelni, az ilyen emelkedőkön arra, hogy milyen sebességfokozatban van a kerékpár (könnyű fokozatban hagyjuk), azért, hogy könnyebben tudjunk elindulni és ne legyen kellemetlenül nehéz a kezdeti pár tekerés, amúgy is elég nehéz az emelkedő később.



A Pilis ilyenkor csodás, tele voltak az utak lehullott elsárgult, pirosas falevelekkel, szinte az utat sem láttuk tőle.

Az emelkedőt először együtt, majd mindenki a saját tempójában küzdötte le, aztán Pap réten bevártuk egymást közben frissítettünk, nyújtottunk.





A kisebb küzdelem után következett a jutalom, egy gurulás Visegrád irányába. Kicsit figyelni kellett az ereszkedésnél nem csak a falevelek, hanem a turisták, kisgyerekesek, házi kedvencek miatt is. Valahogy nem értették, hogy itt szélesebb bringások száguldoznak 50-60 km/h-val és nem tudnak megállni még satufékkal sem olyan egyszerűen.

Visegrádról az ebéd és a szemet gyönyörködtető táj megcsodálása után nyugodt, egyenletes tempóban- eleinte hátszélben- tekertünk be Szentendrére egy kis marcipánért, sütiért és kávéért.

Sokan voltak ennek ellenére, nyugalom és jó hangulat volt.

Valahogy, még a kávé sem tudott feldobni minket, mert nehézkes volt az újbóli elindulás, de csak fel kellett ülni a bringára, aztán gurultunk is hazafelé.

Pár megjegyzés az útvonalról:

- „Felfele elég kemény volt, de Visegrádon az őzragu leves és a kilátás, azért sok mindenért kárpótolt.
- A szentendrei sütizés/fagyizás meg már csak hab volt a tortán.”

„A túraútvonalról, ha valaki valamikor biciklivel szeretne Visegrádra menni:

- A **Megyeri híd** és **Szentendre** között elég jó minőségű bicaj út van, **Szentendréről** a **Pilisen** keresztül autóktól elzárt széles úton lehet eljutni **Visegrádig** ez kb. 40 km. Arra készülni kell, hogy elég intenzíven meredek az emelkedő Papp rétig, de utána lefele visz az út Visegrádig, amin, azért figyelni és fékezni kell, mert időnként elég éles kanyarok is vannak.



- *Visszafele komppal, majd Nagymarostól vonattal is lehet jönni. Mi a 11-esen jöttünk Leányfalu felé, ami viszonylag széles is és az autósok meglepően nyugodtak, toleránsak voltak (sajnos itt csak nagyon rövid szakaszon van kerékpárút).”*

